



Stadtgrün tut älteren Menschen gut – wenn die Gestaltung stimmt

Parks, Stadtwald, Gärten – Grün ist wichtig für die Lebensqualität von Älteren, die in Heimen leben. Doch Grünflächen müssen altersgerecht gestaltet sein, damit Seniorinnen und Senioren sie nutzen können. Dies sind zentrale Ergebnisse einer aktuellen Studie. Unter Leitung von Dr. Martina Artmann vom Leibniz-Institut für ökologische Raumentwicklung (IÖR) ging ein europäisches Forschungsteam erstmals der Frage nach, welche Rolle städtische Grünflächen für Seniorenheime spielen. Ihre Ergebnisse hat die Gruppe jetzt in der Fachzeitschrift „Urban Forestry and Urban Greening“ veröffentlicht.

Das Stadtgrün wichtig ist für die Lebensqualität in Städten, ist längst eine anerkannte Tatsache. Weniger gut erforscht ist die Frage, welche Rolle Grünflächen für einzelne Bevölkerungsgruppen spielen. Unklar ist auch, wie grün mit sozialer Infrastruktur verknüpft ist, welche Grünflächen also zum Beispiel im Umfeld von Seniorenheimen zu finden sein sollten. Diese Forschungslücken hat nun ein europäisches Forschungsteam um Dr. Martina Artmann, Postdoktorandin am IÖR in Dresden, teilweise geschlossen. Die Gruppe ging der Frage nach, wie wichtig Grün für die Lebensqualität Älterer ist, die in Heimen leben, und wie Grünflächen gestaltet sein müssen, damit ältere Menschen sie nutzen können.

Frühere Untersuchungen hatten gezeigt, dass vor allem in Städten mit hoher Bevölkerungsdichte der Anteil an Grünflächen abnimmt – obwohl diese zum Beispiel wichtig für das Stadtklima und das Wohlbefinden der Menschen sind.

Zwischen Mai und Oktober 2016 nahmen 126 Einrichtungen aus 17 Städten in Deutschland, Norwegen, Österreich, Polen, Rumänien und Slo-

Online befragt: 126 Seniorenheime in sechs europäischen Ländern

Für ihre Studie befragten die Forschenden die Verwaltungen von Seniorenheimen in sechs europäischen Ländern. Die Untersuchungen konzentrierten sich dabei auf Städte mit mehr als 100.000 Einwohnern hoher und geringer Bevölkerungsdichte.





Green spaces in cities are good for older people - when the design is right

Parks, urban woodland, gardens - greenery is important for the quality of life for the elderly, who live in homes. However, green spaces must be designed appropriately for age, so that senior citizens can make use of them. This has emerged from the core results of a current study. Led by Dr. Martina Artmann from the Leibniz Institute of Ecological and Regional Development (IÖR), for the first time a team of researchers from Europe have investigated the issue of the role played by urban green spaces for retirement homes. The group has published its results in the Urban Forestry and Urban Greening professional journal.

It is a well-established fact that urban greenery is an important factor for the quality of life in cities. The role green spaces play for individual sectors of the population has been less well researched. It is also unclear how greenery is linked to social infrastructure and what sort of green spaces should be located for example around retirement homes.

This research omission has now been to some extent remedied by a European research team, led by Dr. Martina Artmann, a post-doctoral researcher at the IÖR in Dresden. The group investigated the question of the importance of greenery for the quality of life for the elderly and how green spaces should be designed to allow older people to use them.

Online survey: 126 retirement homes in six European countries

For their study the researchers surveyed the management of retirement homes in six European countries. The investigations concentrated on cities with more than 100,000 inhabitants with high and low population density.

Earlier investigations had shown that the proportion of green spaces decreases principally in cities with high population density, although green spaces are important for the urban climate and the well-being of the people.

Between May and October 2016 126 retirement homes from 17 cities in Germany, Norway, Austria, Poland, Romania and Slove-

nia took part in the survey. The greatest part of these (92 per cent) has their own garden, which can also be used by the residents. Two per cent of the retirement homes have a garden, which the residents cannot use. Six per cent of the retirement homes have no garden of their own.

Despite having a garden public green spaces are frequently used

Whether we are talking of a garden or an urban green space, the survey has shown that greenery is of central importance for the quality of life for senior citizens. The retirement homes surveyed indicated that visiting gardens, parks and urban woodland played a major role especially for physical activities such as walks, the gardening or picking flowers and also for social intercourse. Green spaces are also important for older people simply for the passive pleasure of observing Nature.

Contrary to what the researchers assumed elderly people from retirement homes without their own garden visit urban green spaces less frequently than residents in homes with their own garden. The frequency and intensity with which elderly people use gardens or urban green spaces depends substantially on their state of health. Residents, who are fit in mind and body, spend time in the garden nearly every day. Several times a month they visit public green spaces, with or without being accompanied by their visitors or the nursing staff. Predominantly a visit to the park frequently serves as a break from life in the retirement home for the residents of homes without a garden. ►

► weni an der Befragung teil. Der größte Teil von ihnen (92 Prozent) verfügt über einen eigenen Garten, der von den Bewohnern auch genutzt werden kann. Zwei Prozent der Seniorenheime haben einen Garten, den die Bewohner nicht nutzen können. Sechs Prozent der Einrichtungen verfügen über keinen eigenen Garten.

Trotz Garten: öffentliches Grün häufig genutzt

Ob Garten oder städtische Grünflächen – die Befragung hat gezeigt, dass Grün für die Lebensqualität von Seniorinnen und Senioren von zentraler Bedeutung ist. Die befragten Einrichtungen gaben an, dass der Besuch von Gärten, Parks und Stadtwald vor allem für körperliche Aktivitäten wie Spaziergänge, das Gärtnern oder Pflücken von Pflanzen sowie für den sozialen Austausch eine große Rolle spielt. Auch für die passive Erholung, etwa durch die Beobachtung der Natur, sind Grünflächen für ältere Menschen wichtig.

Anders als von den Forschenden angenommen, besuchen Senioren aus Heimen ohne eigenen Garten städtische Grünflächen seltener als Bewohner von Einrichtungen mit Garten. Wie häufig und intensiv Ältere Gärten oder städtische Grünanlagen nutzen, hängt maßgeblich von ihrem Gesundheitszustand ab.

Heimbewohner, die körperlich und geistig fit sind, halten sich nahezu täglich im Garten ihrer Einrichtung auf. Mehrmals im Monat besuchen sie mit, aber auch ohne Begleitung durch Besuch oder das Pflegepersonal öffentliche Grünanlagen.

Vor allem für Bewohner von Einrichtungen ohne Garten dient der Besuch im Park oft als Auszeit vom Leben im Seniorenheim.

Altersgerechte Ausstattung: Bänke, Toiletten, naturnahes Grün

Deutlich wurde bei den Befragungen auch: Sollen ältere Menschen Gärten und Grünflächen nutzen, müssen diese ihren Bedürfnissen entsprechend gestaltet sein. Viele der Seniorenheime mit Garten (87 Prozent) haben dies bereits erkannt. Sie gestalten ihre Anlagen barrierefrei, damit sie auch mit Gehhilfen gut nutzbar sind. Ebenso finden sich rutschfeste Beläge auf Fußwegen, Sichtschutz für mehr Privatsphäre und Zäune, die vor allem Menschen mit Demenzerkrankungen vor naheliegenden Straßen schützen.

Zu oft fehlen in den Gärten von Seniorenheimen aus Sicht der Wissenschaft noch stationäre Trainingsgeräte oder Ballsportanlagen – Angebote also, die körperliche Aktivitäten der Bewohner unterstützen. Häufig möchten Ältere in den Gärten



die Natur beobachten. Hier empfehlen die Wissenschaftler, Anlagen naturnaher als bisher zu gestalten – mit Wildblumenwiese statt Zierrasen zum Beispiel. „Für Menschen mit Demenz sollten noch häufiger Sinnes- oder Duftgärten angeboten werden. Auch Maßnahmen, die die Orientierung im Garten erleichtern, wie Wegweiser und Zäune wären zu empfehlen“, erläutert Studienleiterin Martina Artmann vom IÖR.

An öffentliche Grünflächen stellen sich ähnliche Anforderungen: Auch sie müssen für ältere Menschen gut erreichbar und nutzbar sein. „Bei städtischen Grünflächen kommen weitere Anforderungen hinzu: Ausreichend öffentliche Toiletten sind erforderlich; Bänke sollten in kurzen Abständen aufgestellt sein, damit sich Seniorinnen und Senioren häufiger ausruhen können“, erklärt Martina Artmann. Ihre Studie bietet einen umfassenden Überblick über die Rolle von Gärten und Stadtgrün für Ältere, die in Seniorenheimen in Europa leben. Deutlich wird aber auch, dass es weiterhin großen Forschungsbedarf zu diesem Thema gibt. ■

Originalpublikation:

Artmann, Martina/Chen, Xianwen/loj , Cristian/Hof, Angela/Onose, Diana/Poni y, Lidia/Lamovšek, Alma Zavodnik/Breuste, Jürgen (2017): The role of urban green spaces in care facilities for elderly people across European cities. *Urban Forestry & Urban Greening* 27 (2017) 203–213. (online abrufbar unter: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ufug.2017.08.007>). Kontakt im Leibniz-Institut für ökologische Raumentwicklung: Dr. Martina Artmann | Telefon: (0351) 46 79-231 E-Mail: M.Artmann@ioer.de | www.ioer.de

Fotos: playfit GmbH

► **Age-appropriate equipment:** benches, toilets, green spaces in harmony with Nature. The survey has made the following factors clear. If older people are to use gardens and green spaces, these must be designed to match their needs. Many of the retirement homes with a garden (87 percent) have already realised this. They have designed their facilities without barriers, so that they can be easily used even with walking aids. Non-slip surfaces on foot paths, privacy screening for more privacy and fences, which protect people with dementia-type illnesses in particular from nearby roads are similarly favoured. From a scientific point of view gardens in retirement homes too often lack stationary training equipment or ball sports areas, in other words opportunities for encouraging the residents to engage in physical activities. Frequently the elderly would like to observe Nature in the garden. In this case the scientists recommend that the area should be designed as much in harmony with Nature as it once was - with wild flower meadows instead of ornamental lawns, for example. "Scented gardens or gardens for the senses should be provided for people with dementia. Measures, which make finding your way round the garden easier, such as sign-posts and fences are to be recommended," says the study leader, Martina Artmann from the IÖR. The same challenges are posed for public green spaces. They also must be within the reach of older people and easy for them to use. "Urban green spaces are presented with further challenges. Sufficient public toilets are necessary and benches should be placed short distances apart, so that senior citizens can take a rest at frequent in-

tervals," explains Martina Artmann. Her study offers a comprehensive overview of the role of gardens and urban greenery for the elderly living in retirement homes in Europe. However it has also revealed that there is a great need for further research in this field. ■

Original publication:

Artmann, Martina/Chen, Xianwen/Loj ,
Cristian/Hof, Angela/Onose, Diana/
Poni y, Lidia/Lamovšek, Alma Zavodnik/Breuste,
Jürgen (2017): The role of urban green spaces in
care facilities for elderly people across European cities.
Urban Forestry & Urban Greening 27 (2017) 203–213.
(accessible on line at:
<http://dx.doi.org/10.1016/j.ufug.2017.08.007>).

**Contact at the Leibniz Institute of Ecological and
Regional Development:**

Dr. Martina Artmann
Telephone: (0351) 46 79-231,
e-mail: M.Artmann@ioer.de
www.ioer.de

Photos: playfit GmbH